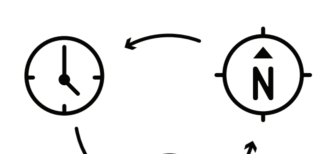
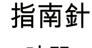


SUUNTO CORE

使用者指南

模式與視圖





時間

- 日期
- 秒
- 外地時間
- 日出與日落時間
- 碼錶
- 倒數計時器
- 空白

指南針

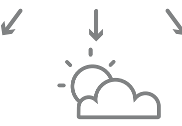
- 時間
- 方位
- 方位跟蹤

高度計&氣壓計



高度計

- 日誌記錄器
  - 高度差日誌
  - 上升日誌
  - 下降日誌
- 高度差測量儀
- 溫度
- 空白



氣壓計

- 溫度
- 日誌記錄器
- 高度參考值
- 時間
- 空白



深度計

- 日誌記錄器
- 溫度
- 時間



功能表內容

memory
- alti-baro
- logbook
- rec interval

time-date
- alarm
- countdown
- time
- dual time
- date

sunrise
- location
- region
- city

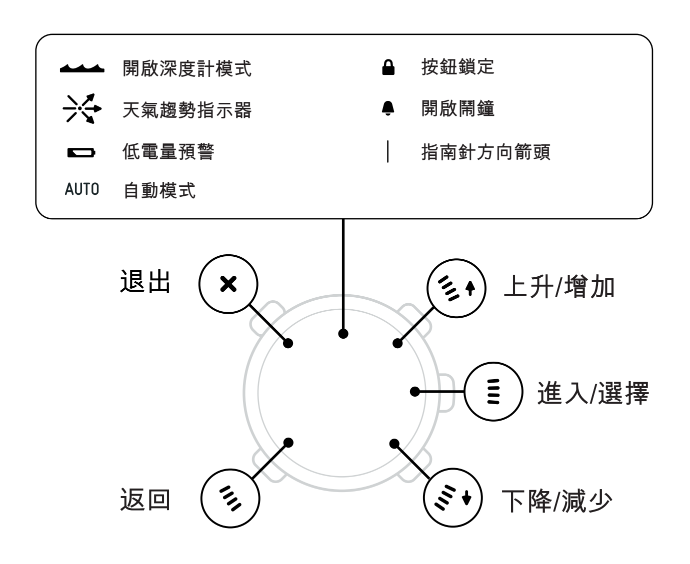
alti-baro
- reference
- profile
- storm alarm

compass
- declination

general
- button tone
- tone guide
- backlight
- language

units
- time
- date
- temperature
- air pressure
- altitude

顯示幕上的符號



開啟深度計模式
天氣趨勢指示器
低電量預警
AUTO
自動模式
按鈕鎖定
開啟鬧鐘
指南針方向箭頭
退出
上升/增加
進入/選擇
返回
下降/減少

1 歡迎

“70 多年來，Suunto 一直為那些需要精確、可靠資訊的人們提供服務。我們的儀器幫助用戶更加高效地實現自身目標並享受更多運動體驗。我們的產品對於用戶而言往往極為重要。因此，Suunto 以保持公司產品的最高品質標準為傲。

Suunto 創建於 1936 年，是精密指南針、潛水電腦錶和腕上高度計的世界領先者。Suunto 戶外儀器以其卓絶的設計、精確性和可靠性贏得了各大洲登山員、潛水員和探險家的一致信賴。1987 年，Suunto 開創了首款潛水電腦錶，又於 1998 年推出了首款 ABC 腕上電腦。Suunto 的高度計、運動健身器和 GPS 設備採用最先進的科技成就，始終是當今戶外專家的首選。要瞭解更多有關 Suunto 戶外儀器及其使用者的資訊，請瀏覽 www.suunto.com。

2 介紹

這本使用者手冊說明了 Suunto Core 的特點，如何使用這些功能，以及操作的方法。另外，我們還加入了您可在實際生活中應用的例子。

每一篇主要章節都說明了一種模式及其視圖。同時它還為您提供這些視圖的設置和使用的資訊。

Suunto Core 可以顯示時間、氣壓和高度。每一種顯示都提供額外資訊，這樣您就可以最大程度地享受您鍾愛的戶外活動。

3 一般設定

在使用您的 Suunto Core之前，最好先根據您的需求設定測量單位和一般設定。可以在 MENU中改變一般設定。

3.1 調整腕帶長度

如果您想要調整金屬腕帶的長度，請到附近的手錶商店中請人將您的腕帶調整到合適的長度。

3.2 改變單位

在 UNITS中選擇測量單位，其中包括：

- TIME： 24小時/12小時
- DATE： 日.月/月.日
- TEMPERATURE： ℃/℉（攝氏/華氏）
- AIR PRESSURE： 百帕（hPa）/英吋汞柱（inHg）
- ALTITUDE： 米/英尺

進入MENU中UNITS：

1. 在TIME，ALTI & BARO 或 COMPASS 模式下按住[Mode]鍵進入 MENU。
2. 使用[– Light]下拉至 UNITS。
3. 從[Mode]中進入。

改變單位：

1. 在 UNITS中，使用 [+] 和 [– Light]滾動選項列表。
2. 從 [Mode]中進入。
3. 用[+] 和 [– Light]改變顯示值，透過 [Mode]確認。
4. 透過 [Start Stop]退出MENU。

3.3 變更一般設定

在 GENERAL 中進行一般設定，其中包括:

- 按鍵音：開/關
- 按鍵音：開/關
- 背光燈：閃光鍵/任意鍵
- 語言：英語、法語、西班牙語、德語

進入 MENU中的GENERAL:

1. 在TIME, ALTI & BARO 或 COMPASS 模式下按住[Mode]以進入 MENU。
2. 使用[- Light]下拉至 GENERAL。
3. 從[Mode]中進入。

3.3.1 按鈕音

在 BUTTON TONE 中您可以將按鈕音打開或關閉。每次按下按鈕時都會發出一個按鍵音，以確認操作。

1. 在 GENERAL 中選擇 BUTTON TONE。
2. 可以使用 [+] 和 [- Light] 來啟動或關閉按鈕音。

3.3.2 提示音

您可以在 TONE GUIDE 中打開和關閉提示音。在下列情況中您會聽到提示音：

- 當您改變設定值時
- 當您設定高度參考值時
- 當您啟動或停止日誌記錄時
- 當您在記錄日誌中標識高度時

- 當您啟動或停止碼錶時
- 當您在使用AUTOMATIC模式，在 ALTIMETER 和 BAROMETER 模式之間切換時

打開或關閉提示音：

1. 在 GENERAL中選擇 TONE GUIDES。
2. 使用 [+] 和 [- Light]將提示音打開或關閉。

3.3.3 背光燈

在 BACKLIGHT中，您可以在兩種不同的燈光功能中切換:any button 和 light button.

選擇任意按鈕或燈光按鈕:

1. 在 GENERAL 中，選擇 BACKLIGHT。
2. 在 LIGHT BUTTON 和 ANY BUTTON 之間用 [+] 和 [- Light] 切換背光燈。

選擇了 LIGHT BUTTON 時，您可使用 [- Light] 啟動背光燈。背光燈在 5 秒後自動關閉。如果您希望在 MENU中使用背光燈，您需要在 TIME，ALTI & BARO 或 COMPASS 模式中將其啟動，然後進入 MENU。背光燈會在您退出 MENU 之前保持啟動狀態。

選擇了 ANY BUTTON 時，您每按一次按鈕時都會啟動背光燈。

3.3.4 語言

在 LANGUAGE 中選擇您的 Suunto Core 用戶介面語言（英語、德語、法語或西班牙語）。

選擇語言：

1. 在 GENERAL中，選擇 LANGUAGE。
2. 使用[+] 和 [- Light]在列表中選擇一種語言。

3.3.5 啟動按鈕鎖定

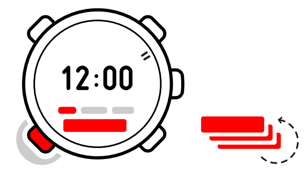
您可以按住 [-Light] 按鈕來啟動或解除按鈕鎖定。啟動按鈕鎖定後將顯示鎖定符號 🔒。

註: 啟動按鈕鎖定時可更改視圖和使用背光燈。

4 使用 TIME 模式

TIME 模式用於時間測量。

TIME ALTI & BARO COMPASS



您可以使用 [View] 在下列視圖中滑動：

- 日期：當天日期及星期幾
- 秒：秒數
- 外地時間：其他時區的時間
- 日出和日落：特定地方的日出和日落時間
- 碼錶：運動計時器
- 倒數計時器：一段設定時間後鬧鐘響起
- 空白：無附加視圖

4.1 改變時間設定

您可以在 MENU中改變時間設定。

進入 MENU中的時間設定：

1. 按住[Mode]進入 MENU。
2. 用[– Light]下拉至。
3. 從 [Mode]中進入。

4.1.1 設定時間

您可以在 TIME 設定時間。

設定時間：

1. 在 TIME-DATE中選擇 TIME。
2. 用 [+] 和 [- Light]改變小時、分鐘和秒的數值。

4.1.2 設定日期

在 DATE 中您可以設定月、日、年。

設定日期:

1. 在 TIME-DATE中選擇 DATE。
2. 用 [+] 和 [- Light]改變年、月和日的值。

關於如何改變時間顯示的格式，參見 *3.2 小節 改變單位 7 頁* 。

4.1.3 設定外地時間

在 DUAL TIME 中您可以設定另一個不同時區中的時間。

設定外地時間：

1. 在 TIME-DATE中選擇 DUAL TIME。
2. 用 [+] 和 [- Light]改變小時、分鐘、秒的值。

註: 我們建議您將您所在地的時間設為主要時間，因為鬧鐘啟動鬧鈴時依據的是主要時間。

可能的真實生活狀況: 知道家裏的時間

當您在國外旅行的時候，可以將外地時間設定為家中的時間。主要時間是您當前所在地的時間。這樣您就能隨時知道當地時間又可以迅速查看家中的時間。

4.1.4 設定日出和日落的時間

在 SUNRISE 中您選擇一個參考城市，使 Suunto Core 可以用來為您提供日出和日落的時間。

設定日出和日落的時間：

1. 在 MENU選擇 SUNRISE。
2. 用 [+] 與 [-Light]在各個地點之間滑動。
3. 用 [Mode]選擇一個地點。

註: 如果您希望設定一個列表中沒有的地點的日出和日落時間，您可以選擇另外一個處於相同時區的地點。選擇您所在地北面或者南面最靠近的一個城市。

可能的真實生活狀況: 在多倫多附近徒步旅行

您在 Algonquin 步行，這是多倫多北邊的一個巨大的國家公園。您希望知道日落的時間，這樣您就知道什麼時候該開始搭設過夜的帳篷。您選擇"多倫多"作為日出－日落的參考城市。您的 Suunto Core 現在可以告訴您太陽什麼時候下山。

4.2 使用碼錶

碼錶測量時間。其精度達到 0.1 秒。

使用碼錶：

1. 在 TIME 模式中選擇碼錶視圖。
2. 使用 [Start Stop]啟動，停止或重新啟動該視圖。
3. 按住 [+] 按鈕以重設碼錶。

可能的真實生活狀況: 為 100 公尺賽跑計時

您的朋友正在為參加賽跑而訓練，他要知道他跑 100 公尺需要多長時間。在他衝出起跑線的時候您按下碼錶。在他到達終點的時候您停止碼錶。結果是：11.3 秒。還不錯！

4.3 使用倒數計時器

在 COUNTDOWN 中，您可以設定倒數計時器，使其從預設時間倒數至零。數到零的時候鬧鈴就會響起。預設值是 5 分鐘。

改變預設的倒數時間：

1. 在 MENU 中，選擇 TIME-DATE。
2. 選擇 COUNTDOWN。
3. 設定分值和秒值（最大值為 59 分 59 秒）。
4. 以 [Mode] 確認。

開始倒數：

1. 在 TIME 模式下，選擇倒數計時器視圖。
2. 使用 [Start Stop] 啟動、停止或重新啟動該視圖。
3. 按住 [+] 按鈕重設倒數計時器。

可能的真實生活狀況: 煮雞蛋

您正在遠足途中。現在是早上。您醒來以後走出帳篷，開始在營火邊做早飯。今天，您希望將雞蛋煮 8 分鐘。您將雞蛋放到鍋裏，將計數器設為 8 分鐘，然後等待水開。水開以後，您開始用倒數計時器計時。到 8 分鐘時您的 Suunto Core 發出警報。轉眼間!完美的 8 分鐘雞蛋完成了。

4.4 設定鬧鐘

您可以將 Suunto Core 用作鬧鐘。

進入並設定鬧鈴：

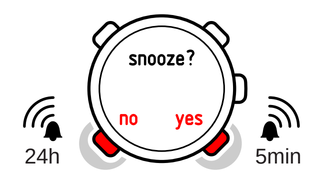
1. 在 MENU 中，選擇 TIME-DATE。
2. 選擇 ALARM。
3. 可以使用 [+] 和 [- Light] 來打開或關閉鬧鐘。
4. 以 [Mode] 確認。
5. 使用 [+] 和 [- Light] 設定時間。

打開鬧鐘後，鬧鐘標誌 🔔 將出現在顯示幕上。

鬧鐘響起時，您可以選擇小睡或將其關閉。

如果您選擇 YES 或者不進行任何動作，鬧鈴會停止，然後每 5 分鐘響一次，直到您將其關閉。您可以繼續小睡最多十二次達一個小時。如果您選擇 NO，鬧鈴就會停止，並且在第二天的同一時間再次響起。

註: 小睡功能處於啟動狀態時，鬧鐘標誌將閃動。解除小睡功能後，鬧鐘標誌將停止閃動。



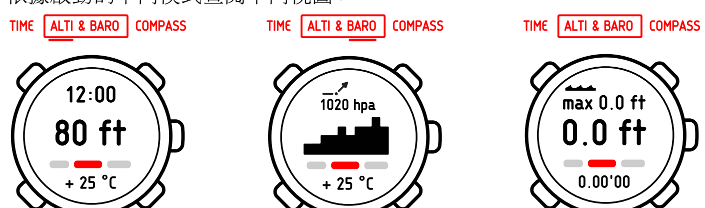
小貼士: 小睡功能開啟時，在 TIME 模式下按 [View] 按鈕可解除該功能。

可能的真實生活狀況: 清早叫醒

您希望明天早上早起。您在睡覺之前將 Suunto Core 鬧鈴設在 6:30。隔天早上 6:30 鬧鐘把您叫醒，但是您還想繼續睡五分鐘。在儀器詢問您是否希望繼續小睡片刻時，您選擇 YES。五分鐘以後鬧鈴再次響起。這次，您起了床，並興高采烈地開始為旅行做準備。多睡 5 分鐘的感覺是多麼不同啊!

5 使用 ALTI & BARO 模式

在 ALTI & BARO 模式下，您可以查看目前高度、大氣壓和潛水深度。它可以提供四種模式：AUTOMATIC、ALTIMETER、BAROMETER 和 DEPTH METER（請參閱 *5.2.2 小節 設定模式 19 頁*）。在 ALTI & BARO 模式下，您可以依據啟動的不同模式查閱不同視圖。



5.1 如何使用 ALTI & BARO

為了從 ALTI & BARO上面獲得正確的讀數，正確理解 Suunto Core 計算高度和海平面大氣壓的方法非常重要。

Suunto Core 不停地對絕對氣壓進行測量。通過測量值和參考值，它就可以計算高度或海平面氣壓。

5.1.1 獲得正確的讀數

如果您正在進行的戶外運動需要瞭解大氣壓力，您需要輸入您所在位置的高度參考值。從絕大多數地形圖中可以找到這些資訊。然後您的 Suunto Core 就會顯示正確的讀數了。

為了得到正確的高度值，您必須輸入海平面大氣壓參考值。您所在位置的海平面大氣壓參考值可以在當地報紙的天氣版中找到，也可以從國家天氣服務機構的網站上得到。

不間斷地測量絶對大氣壓
絶對大氣壓 + 高度參考值 = 海平面大氣壓
絶對大氣壓 + 海平面大氣壓參考值 = 高度
當地天氣變化會影響高度值的讀數。如果當地天氣變化頻繁，建議您時常重設當地高度參考值，最好是在旅行開始前，可以獲得高度參考值時重設。如果當地天氣穩定，就不需要設定參考值。

5.1.2 獲得錯誤的讀數

ALTIMETER 模式 + 站立不動 + 天氣變化
如果您的 ALTIMETER 模式在一個固定地點長時間打開，而該地點的天氣發生變化，儀器會顯示錯誤的高度值。

ALTIMETER 模式 + 高度變化 + 天氣變化
如果您的 ALTIMETER 模式處於打開狀態，同時在您上下攀爬的時候天氣頻繁地發生變化，儀器會顯示錯誤的數值。

BAROMETER 模式 + 高度變化
如果 BAROMETER 模式長時間處於打開狀態，同時在您上下攀爬的時候高度發生變化，儀器會認為您站在原地不動，而把高度變化的結果判定為海平面大氣壓變化的結果。從而顯示錯誤的海平面大氣壓讀數。

可能的真實生活狀況: 設定高度參考值

今天是您兩天的徒步旅行中的第二天。您想起早上出發的時候忘記將 BAROMETER 模式切換到 ALTIMETER 模式。您知道現在您 Suunto Core 上的高度值是錯誤的。所以，您走到地形圖上面標有高度參考值的位置中離您最近的一個。您相應的調整您 Suunto Core 上面的高度參考值。現在高度計又會恢復了正確的讀數。

5.2 設置配置簡檔和參考值

5.2.1 與您活動搭配的模式

當您的戶外活動中高度發生變化時應選擇 ALTIMETER 模式（例如：在山地中步行）。當您的戶外活動中高度不會發生變化時應選擇 BAROMETER 模式（例如：衝浪、航行）。為了得到正確的讀數，模式必須與活動的類型相搭配。您可以讓 Suunto Core 決定此時何種模式最適合您，或者可以自己選擇一種合適的模式。

5.2.2 設定模式

設定模式：

1. 在 MENU中選擇 ALTI-BARO。
2. 選擇 PROFILE。
3. 選擇一個合適的模式。

或者您也可以在 ALTI & BARO 模式中將 [View] 按住，設定模式。

5.2.3 設定參考值

設定參考值：

1. 在 MENU中選擇ALTI-BARO。

2. 選擇REFERENCE 並在 ALTIMETER 和 SEA LEVEL中選擇一個。
3. 用 [+] 和 [– Light]設定已知的參考值。

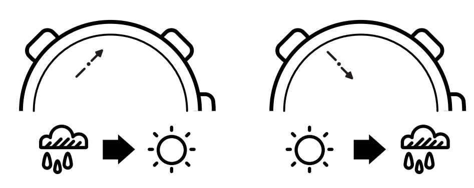


可能的真實生活狀況: 修正您所在的高度值

您在步行中見到當前高度的標誌時休息了一會。您察看 Suunto Core 的高度值，發現兩個數值之間有細微的差別。您在 Suunto Core 上設定高度參考值，使之與標誌上的數值一致。

5.3 使用天氣趨勢指示器

天氣趨勢指示位於顯示幕的上方。它透過 TIME 和 ALTI & BARO 模式顯示，使您能夠快速地瞭解天氣條件接下來的變化。天氣趨勢指示器由兩條線組成一個箭頭。每條線表示 3 小時的時間。右邊的線表示最後的三個小時。左邊的線表示這 3 個小時之前的 3 個小時。所以這些線條可以表示 9 種不同的大氣壓變化趨勢。



	3-6 小時以前的情況	最近 3 小時的情況
	已經急劇下降（>2 hPa/3 小時）	正在急劇下降（>2 hPa/3 小時）
	保持穩定	正在急劇上升（>2 hPa/3 小時）
	已經急劇上升（>2 hPa/3 小時）	正在急劇下降（>2 hPa/3 小時）

小貼士: 如果天氣趨勢指示器顯示氣壓持續上升，則很有可能是晴天。反之，如果氣壓持續下降，則很有可能是雨天。

5.4 啟動暴風警報

暴風警報提示您在三個小時之內氣壓值下降了至少 4 百帕 (hPa)/ 0.12 英吋汞柱 (inHg)。Suunto Core將啟動警報並且在顯示幕上閃現警報標誌 20 秒。暴風警報只有在啟動 ALTI & BARO 模式中的 BAROMETER 模式時才能工作。

啟動暴風警報的方法:

1. 在 MENU 中，選擇 ALTI-BARO。

2. 選擇 STORM ALARM。
3. 可以使用 [+] 和 [- Light] 來打開或關閉暴風警報。

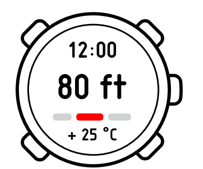
小貼士: 您可以透過按下任一按鈕來停止暴風警報。

可能的真實生活狀況: 徒步旅行時意外遭遇暴風雪
您在濃密的森林裡徒步旅行，您的 Suunto Core 啟動了暴風警報。天氣在過去的三個小時之內變壞了－天空變得陰暗。幸好 Suunto Core 提前警告您，因為在暴雨來臨之前您需要找個庇護之所。

5.5 使用 altimeter 模式

ALTIMETER 模式以參考值為基礎計算高度。參考值可以是海平面大氣壓或之前某一個點的高度參考值。啟動 ALTIMETER 模式時，顯示幕上顯示的 ALTI 畫有底線。

TIME ALTI & BARO COMPASS



當 ALTIMETER 模式被啟動時，您可以用 [View] 查閱以下視圖：

- 日誌記錄器: 將高度變化記入日誌
- 高度差測量儀: 測量到某個特定點的高度差

- 溫度：測量目前溫度
- 空白：無補充資訊

zhhk

5.5.1 使用高度差測量儀

高度差測量儀顯示您所處地點和某個特定地點之間的高度差。這項功能在登山的時候特別有用，例如在您希望瞭解您攀爬的高度時。

使用高度差測量儀：

1. 在 ALTI & BARO 模式下，選擇高度差測量儀視圖。
2. 用 [Start Stop] 啟動、停止或重新啟動該視圖。
3. 按 [+] 按鈕進行重設。

可能的真實生活狀況：測量攀登高度

您馬上要攀登一座高 3,280 英尺（1000 米）的山峰。您希望能夠瞭解攀登進度如何，因此開啟 Suunto Core上的高度差測量儀。開始攀登以後，您不時查看到下一個檢查點的距離。攀登到一定高度後您開始覺得累了。在察看高度之後你發現前面還有很長的一段路。那麼您就該重新計畫下一個檢查點。

5.5.2 記錄日誌

日誌記錄器存儲了從開始到結束發生的所有高度變化。如果您的活動中會發生高度變化，您可以將高度變化記錄下來以供稍後查閱。

您也可以設定高度標識（圈數），這樣您就可以檢視前一個標識和目前標識之間的時長和上升/下降的高度。您的標識會被儲存在記憶體當中，您可以稍後再查閱。

記錄日誌：

1. 在 ALTI & BARO 模式下，選擇日誌記錄器視圖。
2. 用 [Start Stop] 啟動、停止或重新啟動該視圖。

3. 記錄日誌時，使用 [+] 設定圈數。
4. 按住 [+] 進行重設（此項動作只能在記錄器停止時進行）。

日誌高度差：通過下列圖示顯示記錄日誌起始點與結束點之間的高度差：

在附加視圖中：

▲ 當您的高度高於起點時顯示。

▲▼ 當您的高度與起點相同時顯示。

▼ 當您的高度低於起點時顯示。

▲= 當您檢視從日誌開始以來上升的高度時顯示。

=▼ 當您檢視從日誌開始以來下降的高度時顯示。

高度的記錄遵照您選擇的記錄間隔（參見 *7.3 小節 選擇記錄間隔 38 頁* ）。

改變記錄速度：

1. 在 MENU 中，選擇 MEMORY。
2. 選擇 REC INTERVAL。
3. 使用 [+] 和 [- Light] 改變記錄速度。

註： 在您瀏覽各種記錄速度的時候，顯示幕的下方會顯示出您所能夠記錄的大致時間長度。根據您在記錄期間內的活動，實際記錄的時間可能會有所變化。

您可以透過 MENU（參見 *7.2 小節 檢視和鎖定日誌 36 頁* ）中的 LOGBOOK 查閱日誌歷史記錄，包括日誌詳情。

zhhk

小貼士: 當您停止了日誌記錄器以後, 您可以在重設記錄器之前進入日誌簿中檢視目前記錄。

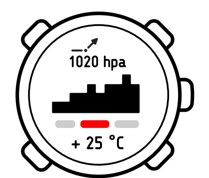
可能的真實生活狀況: 記錄高度

您現在要開始另一次山地步行。這一次您希望記錄您攀登和下降的高度, 以便和上一次相比較。您可以將 Suunto Core 設置為 ALTIMETER 模式, 然後在徒步旅行開始時啟動日誌記錄。步行結束以後您停止並重設日誌記錄。現在, 您可以將其與以前的日誌相比較。

5.6 使用 barometer 模式

BAROMETER 模式顯示目前的海平面大氣壓。這是以給定的參考值和持續測量的絶對氣壓為基礎計算出的。海平面大氣壓的變化在顯示幕的中間以圖形的方式顯示出來。顯示內容是過去 24 小時的記錄, 記錄間隔為 30 分鐘。

啟動 BAROMETER 模式時, 顯示幕上顯示的 BARO 畫有底線。



當 BAROMETER模式被啟動後, 您可以利用 [View] 查閱以下視圖：

- 溫度: 測量目前溫度
- 日誌記錄器: 將高度變化記入日誌
- 高度參考值: 顯示高度參考值

- 時間：顯示目前時間
- 空白：無附加視圖

註：如果您將 Suunto Core 戴在手腕上，您需要將它取下來才能獲得準確的溫度讀數，因為您的體溫會影響初始讀數。

透過 MENU（參見 *7.1 Alti-baro 記憶體 36 頁* ）中的 ALTI-BARO 記憶體可以檢視 7 天之內的海平面大氣壓變化日誌。

可能的真實生活狀況：使用 BAROMETER 模式
您正在徒步旅行途中，並感到越來越疲倦。您決定小睡一會兒並架起帳篷。由於一時半會之間您的高度不會發生變化，您啟動了 BAROMETER 模式。醒來以後，您可以檢查海平面大氣壓的變化，瞭解天氣將如何變化。

5.6.1 記錄日誌

當您在 ALTIMETER 模式中記錄日誌時，您可以在徒步旅行的中途休息的情況下轉換到BAROMETER 模式。
記錄日誌將持續地記錄， 但不會記錄氣壓的變化。啟動氣壓計模式時，儀器會認為您沒有改變高度，所以不會記錄任何高度變化。所以在這段時間之內高度日誌會保持不變。 關於日誌記錄的詳細使用資訊，參見 *5.5.2 小節 記錄日誌 23 頁* 。
您可以在 BAROMETER 模式中啟動、停止和重新設定高度測量。

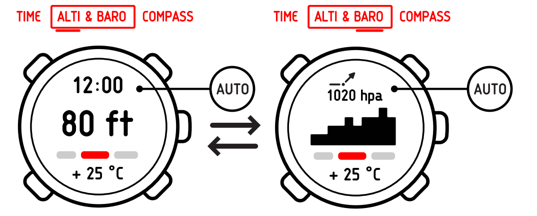
可能的真實生活狀況：在 BAROMETER 模式中記錄日誌。
您在徒步旅行的時候記錄高度變化，然後決定好好休息一會。您切換到 BAROMETER 模式。由於一直在記錄高度，但是沒有發生高度變化，您進入日誌記錄中查看 BAROMETER 模式同時停止記錄高度。

zhhk

5.7 使用 automatic 模式

AUTOMATIC 模式可根據您的動作在 ALTIMETER 和 BAROMETER 模式之間切換。啟用 AUTOMATIC 模式時，AUTO 符號將顯示在顯示幕的右上方。根據啟動的模式，您可以按 [View] 按鈕查閱 ALTIMETER 或 BAROMETER 模式視圖。

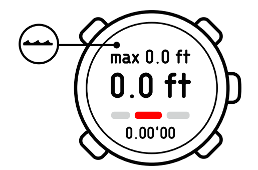
當儀器在 3 分鐘內移動的高度達到 5 米時，則將啟動 ALTIMETER 模式。儀器在某高度 12 分鐘內未移動時，則將啟動 BAROMETER 模式。



註: 在任何時候都不應啟動 AUTOMATIC 模式。有些活動要求 BAROMETER 模式隨時處於啟動狀態，即便您正在移動狀態（例如衝浪）。也就是說，在某些情況下您需要手動選擇一個合適的模式。

5.8 使用 depth meter 模式

潛水時，您可以使用 DEPTH METER 模式。它顯示您當前的深度和您下潛到達的最大深度。該儀器能負荷的最大深度是 32.8 英尺 (10m)。DEPTH METER 模式啟動後， 符號將出現在顯示幕的左上方。



啟動 DEPTH METER 模式時，您可以透過 [View] 查閱以下視圖：

- 日誌記錄器：對潛水進行記錄
- 溫度：測量目前溫度
- 時間：顯示目前時間

5.8.1 記錄日誌於 depth meter 模式中

日誌記錄器在 DEPTH METER 配製模式下的運行類似於在ALTIMETER 配置模式之下，只是它記錄的是潛水的深度而不是攀登的高度。

在 DEPTH METER 配置模式下記錄日誌:

1. 在 ALTI & BARO 模式下，選中 [log recorder] 視圖。
2. 通過 [Start Stop]將其啟動、停止或重啟動。開始潛水。
3. 當您返回水面的時候，按住 [+] 將其復位。

註: 您需要在 ALTIMETER 配置模式下重定日誌記錄器，然後才能在p DEPTH METER 配置模式下使用日誌記錄器。不然的話，您的最大潛水深度與您當前在水面之上的高度一樣。

小貼士: 當您停止了您的日誌記錄器以後，您可以在復位之前進入 [日誌簿] 並察看當前的記錄。

zhhk

6 使用 COMPASS 模式

COMPASS 模式可以使您瞭解您與磁場北極的相對方向。在 COMPASS 模式下，您可以透過 [View] 查閱下列視圖：

- 時間：顯示目前時間
- 基數：顯示基本方位中的目前方向
- 方位跟蹤：顯示目前方位與特定方位之間的不同

6.1 獲取正確讀數

在 COMPASS 模式下獲取正確讀數：

- 您必須在提示下正確校準指南針
- 設定正確的磁偏角值
- 保持儀器水平
- 避開金屬（例如：珠寶）與磁場（例如：電源線）。

6.1.1 校準指南針

首次使用時及更換電池後都需要認真校準儀器。需要校準時，儀器將會進行提示。

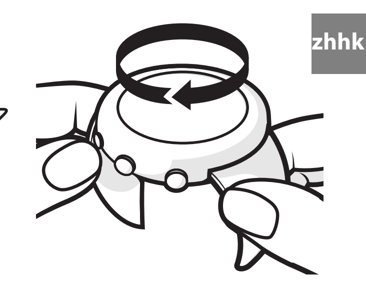
校準指南針：

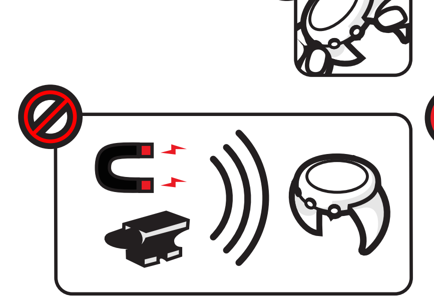
1. 必須保持儀器水平，不要向任何方向傾斜。
2. 按順時針方向緩慢旋轉儀器（每圈大約 15 秒），直到指南針啟動。

註: 如果您發覺指南針有偏差，可透過以下方式重新校準：將它保持水準，按照順時針方向慢慢旋轉，直到北針穩定為止。

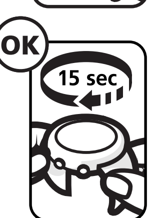
COMPASS

EN: Keep level rotate
DE: Horizontal halten drehen
FR: maintenir a niveau tourner
ES: mantener giro de nivel



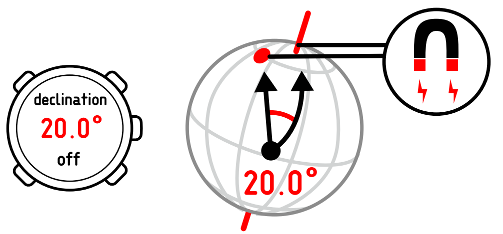






6.1.2 設定磁偏角值

紙面地圖指地理北極。而指南針指的是地磁北極－是地面上方磁場指向的區域。由於地磁北極和地理北極不是同一個位置，您必須在您的指南針上面設定磁偏角。地磁北極和地理北極之間的角度即為磁偏角。



絕大多數的地圖上都註有磁偏角值。每年地磁北的位置都會發生變化，所以最精確的磁偏角更新值可以在網際網路上找到（例如美國的國家地球物理資料中心）。

但是越野地圖是根據地磁北極繪成的。也就是說，當您在使用越野地圖時，您應該將磁偏角值設為0度，以將磁偏角校正關閉。

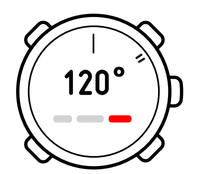
設定磁偏角值：

1. 在 MENU中選擇 COMPASS。
2. 將磁偏角關閉或選擇 W （西）或 E （東）。
3. 用 [+] 和 [– Light]設定磁偏角值。

6.2 使用指南針

在 COMPASS 模式下，您可以看到在顯示幕的邊緣有兩個活動的部分。這些部分指向北面。12 點鐘方向的細線顯示您前進的方向，並且成為指南針方向針的功能。您所前進的方向的數值顯示在顯示幕中央。

TIME ALTI & BARO COMPASS



在 COMPASS 模式下，您可以透過 [View] 查閱下列視圖:

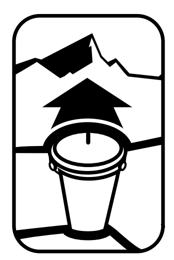
- 時間：顯示目前時間
- 基數：顯示基本方位中的目前方向
- 方位跟蹤：顯示目前方位與特定方向之間的不同

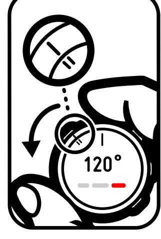
指南針將在一分鐘後自動切換到省電模式。使用 [Start Stop] 將其重新啟動。

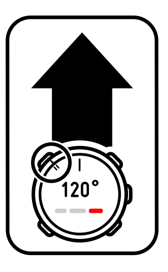
您可以以兩種方式讀取指南針：您可以使用儀錶蓋或方位跟蹤。

6.2.1 使用儀錶蓋

您可以將 Suunto Core 作為傳統的指南針使用，依照指向北面的活動部分轉動外部儀錶蓋，然後按照指示方向前進。







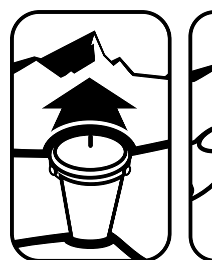
使用儀錶蓋：

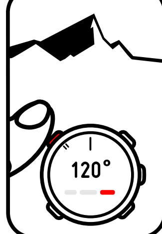
1. 在 COMPASS 模式下，將北針指向您前進的方向。
2. 旋轉活動的儀錶蓋，使儀錶蓋上的北面與朝北的活動部分對齊。
3. 朝您的方向前進，並保持儀錶蓋上的北面與朝北活動部分對齊。

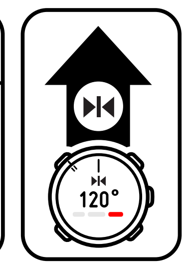
6.2.2 使用方位跟蹤

在方位跟蹤中，您可以鎖定一個方位（方向），Suunto Core 指南針會指引您朝著該方位行進。









使用方位跟蹤：

1. 將指南針的方向箭頭指向您要去的方向，然後按 [Start Stop]。這樣就鎖定了方位。顯示幕的中間顯示了您目前的方向，並且它會隨著您的動作改變。
2. 顯示幕第一排的箭頭指示您需要前進的方向，以保持您希望的方位。▶◀ 符號表明您正朝著正確的方向前進。

註：按 [– Light] 還可以啟動背光燈。

可能的真實生活狀況：視覺上保持一個方向

您在徒步旅行過程中爬上了一座陡坡。俯視下面的山谷，您看到另外一個山頭上有一座小屋。您決定穿過山谷走到小屋。您將 Suunto Core 指南針的方向箭頭指向小屋並且鎖定方位。當您在山谷裏面時，顯示幕前排的箭頭告訴您應該往哪走。為了保持電池壽命，指南針每次處於啟動狀態的時間只有 1 分鐘，所以您要不時地重新啟動指南針以檢查您的方向。不時地查看方向，您就能很快到達。

7 使用記憶體

7.1 Alti-baro 記憶體

ALTI-BARO自動記錄前七天之內的高度和海平面氣壓變化。資訊的記錄取決於在記錄的當時啟動的是何種模式。每個小時會記錄一次。

查看前七天的記錄:

1. 在 MEMORY中，選擇 ALTI-BARO。
2. 使用 [+] 和 [- Light] 以流覽記錄。

可能的真實生活狀況: 天氣預測

您在山中露宿。您想預測明天的天氣，所以您在晚上將您的 Suunto Core 轉換到 BAROMETER 模式。早上你查看 ALTI-BARO 記憶體，發現整個晚上氣壓都很穩定。很可能今天一整天都能保持如此。

7.2 檢視和鎖定日誌

ALTIMETER、BAROMETER 或 DEPTH METER 模式下日誌記錄器記錄的日誌存儲在 LOGBOOK 中。最多可以儲存 10 個日誌。在 LOGBOOK中，新的日誌總是先將最老的日誌替換掉。為了保留日誌，您可以鎖定它們。鎖定符號 🔒 于日誌被鎖定時顯示。您最多只能鎖定 9 個日誌。

進入 LOGBOOK 時，您可以看到未鎖定的日誌數量。然後，您可以選擇檢視或鎖定日誌。

檢視日誌時，您首先會看到可用的日誌清單，包括時間和日期。您可以捲動清單，進入每一個日誌檢視其摘要資訊及詳情。

7.2.1 檢視日誌

當察看日誌摘要時，您可以看到下列顯示內容

- 摘要圖、記錄時間和最高點
- 總下降高度、下降時間、平均下降速度
- 總上升高度、上升時間、平均上升速度
- 高度計分段計時（從開始起的總日誌時長）和單圈計時（從上一圈計時開始的時長）

當察看日誌細節時，您可以看到下列顯示內容：

- 高度變化圖
- 記錄時間
- 記錄時的高度/深度

察看日誌：

1. 在 MEMORY 中，選擇 LOGBOOK。
2. 從清單中選擇一個日誌。
3. 選擇 VIEW。
4. 使用 [+] 和 [- Light] 在日誌摘要中切換。
5. 使用 [Mode] 檢視日誌詳情。
6. 透過 [+] 和 [- Light] 增加和降低捲動速度或改變方向。使用 [Mode] 停止。

註： 捲動圖形時，您目前的位置在圖形中間。

註：只有高度計日誌包含摘要。

7.2.2 鎖定與解鎖日誌

鎖定或解鎖日誌:

1. 在 MEMORY 中, 選擇 LOGBOOK。
2. 從清單中選擇一個日誌。
3. 選擇 LOCK / UNLOCK。
4. 透過 [Mode] 按鈕鎖定/解鎖日誌
   或
   使用 [View] 取消。

7.3 選擇記錄間隔

您可以在 MENU 的 REC INTERVAL 中選擇記錄間隔。
有五種記錄間隔可供選擇:

- 1 秒
- 5 秒
- 10 秒
- 30 秒
- 60 秒

當瀏覽各種間隔時, 可供選擇的記錄時間顯示在顯示幕的下方。
選擇記錄間隔:

1. 在 MEMORY 中, 選擇 REC INTERVAL。
2. 用 [+] 和 [- Light] 選擇一種記錄間隔。

小貼士: 對於高度變化急劇、時間較短的活動(例如: 滑降滑雪), 適合使用較快的記錄間隔。對於高度變化緩慢、時間較長的活動(例如: 徒步旅行), 則更適合使用較慢的記錄間隔。

8 更換電池

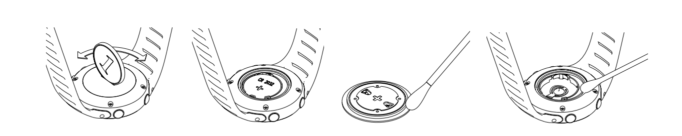


您的 Suunto Core 用三伏特的鋰電池供電，型號:CR 2032.

註: 為了防止起火或燙傷，不要擠壓、打擊使用過的電池或將其扔在火中或水中。請使用正規廠商生產的電池。請正確處理回收廢舊電池。

更換電池：

1. 使用一個錢幣將儀器後面的電池盒打開。確保圓環和所有表面的清潔乾燥。
2. 取出廢舊電池。
3. 將新電池正極朝上放入電池盒。
4. 將電池貼住接觸片輕輕移動，確保接觸片沒有斷裂或變形。
5. 蓋上蓋子的時候，用拇指將其小心朝逆時針方向旋轉，以對準螺紋。電池蓋應該在不須用力的情況下輕易旋轉。如果必須用力，説明螺紋沒有對準，而且可能已經損壞。
6. 擰緊電池蓋。



註: 蓋子擰緊以後蓋上的標記可能會對不齊。這沒有關係。如果電池蓋沒有損壞，則不需要更換。

註: 如果電池蓋螺紋已損壞，請將該儀器送到 Suunto 授權代表處維修。

註: 在更換電池時請特別小心保持 Suunto Core 的防水性。電池更換不慎造成的損壞可能無法獲得保固維修。

註: 經常使用背光燈會顯著降低電池的壽命。

9 規格

zhhk

9.1 技術資料

常規

- 工作溫度 –20 °C 到 +60 °C / –4°F 到 +140°F
- 存放溫度 –30 °C 到 +60 °C / –22°F 到 +140°F
- 防水 30 m / 100 ft （根據 ISO 2281 標準）
- 礦物玻璃
- 使用者可更換電池 CR2032

高度計

- 顯示範圍 –500 m 到 9000 m / –1640 ft 到 32760 ft
- 解析度 1 m / 3 ft

氣壓計

- 顯示範圍 300 到 1100 hPa / 8.8 到 32.6 inHg
- 解析度 1 hPa / 0.03 inHg

Depth meter

- 深度顯示範圍 0 至 10 m / 0 至 32.8 ft
- 解析度 0.1m

溫度計

- 顯示範圍 –20°C 到 60°C / –20.00°C 到 60.00°C
- 解析度 1°C / –17.22°C

指南針

- 解析度 1°

9.2 商標

Suunto、Wristop Computer、Suunto Core、其標識以及其他 Suunto 品牌的商標及名稱屬於 Suunto Oy 公司的註冊或未注冊商標。保留所有權利。

9.3 版權

雖然我們已盡力確保本文所含資訊全面準確，但對其準確性不提供任何明示或默示擔保。任何時候內容如有更改，恕不另行通知。要下載本文的最新版本，請隨時登錄 www.suunto.com。

9.4 CE

CE 標識表明遵從歐盟 2004/108EY 及 99/5EEC 電磁相容性指令。

9.5 專利聲明

本產品受美國專利申請序列號「11/152,076」及其它國家相關專利或專利申請的保護。更多專利正在申請之中。

9.6 廢棄處理

請以適當方式丟棄該儀器，應視其為電子廢棄物。請不要將它丟入垃圾中。如果願意，您可以將其送回最近的 Suunto 代表處。



索引



www.suunto.com